

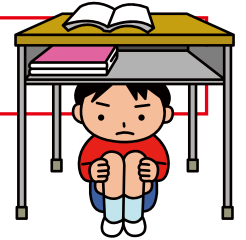
ムラウチホビー  
住まいと暮らしのDIYセンター

# 防災対策

保存版

見える所に  
貼っておこう！

## 対策 地震に遭ったとき！



### ■「自宅」でグラッ！

慌てて外へ出ないこと！テーブルの下へ潜るか、布団を頭に被るなど、身の安全を確保。揺れが収まったらブレーカーを落とし、ガスの元栓を閉め、避難します。

### ■「ビルの中」でグラッ！

机の下などに潜り、身の安全を確保。揺れが収まったら非常口で屋外へ。決してエレベーターなどは利用しないこと。



### ■「街中」でグラッ！

落下物の可能性があるので、なるべく高層のビル（耐震構造のものが多い）に避難する。見当たらない場合はかばんなどで頭を守り、凹状になっている場所に身を隠し、揺れが収まってから避難場所へ向かいましょう。

### ■「車の中」でグラッ！

道路の左側へ寄せて停車。ラジオで状況を確認し、キーをつけたまま避難します。

## 対策 火災に遭ったとき！

### ■衣服に火がついたら！

すぐに地面に倒れ、体を回転させながら転がって消す。



### ■煙で先が見えない！

室内では壁伝いに。廊下では中央を進む。地下街では壁伝いに。60m 間隔で出口がある。



### ■煙から逃げる！

濡れたタオルで口、鼻をおおう。姿勢を低く、床をなめるように進む。タオルの替わりはハンカチ、ネクタイ、衣服など。濡らすのはお茶やジュースでもよい。

